

# 11月 離乳食献立予定 平成30年度

# 小規模保育所こどもパル

		12~18ヶ月	9~11か月	7・8ヶ月	6ヶ月
		◎は10時、○は午後おやつ	○は午後補食		
1	木	つるるんチャイナ チンゲン菜の中華スープ 青のりフライドポテト りんご ◎牛乳 バナナ ○牛乳 さつま芋の甘煮	じゃがいものそぼろ煮 軟飯~全粥 柔かブロッコリー チンゲン菜のスープ ◎お茶 さつま芋の甘煮	じゃがいもと鶏ミンチの煮物 柔かブロッコリー 野菜スープ 5倍粥	じゃがいもとブロッコリーのペースト チンゲン菜と人参のペースト 野菜スープ 1.0倍粥
2	金	豚肉のハンガリー風煮込み スパソテー ゆでブロッコリー 小松菜のコンソメスープ 梨 ◎牛乳 レーズンパン ○牛乳 塩せんべい	煮魚 柔かブロッコリー 小松菜のスープスパゲティ 軟飯~全粥 ◎お茶 塩せんべい	煮魚 柔かブロッコリー 小松菜のスープスパゲティ 5倍粥	白身魚のペースト 野菜スープ ブロッコリーのペースト 小松菜と人参のペースト 1.0倍粥
5	月	親子うどん ベーコンと小松菜のやわらか煮 小魚ふりかけ 梨 ◎牛乳 あられ ○牛乳 ビスケット	煮込みうどん 軟飯~全粥 小松菜としらす干しの旨煮 ◎お茶 ビスケット	煮込みうどん 小松菜としらす干しの柔か煮 5倍粥	玉ねぎと人参のペースト 小松菜としらすのペースト 野菜スープ 1.0倍粥
6	火	ピラフ サンドイッチ トンカツ ボイル野菜 玉ねぎのスープ キャラクターチーズ りんご ◎牛乳 クッキー ○牛乳 カップケーキ	鮭のムニエル 柔かブロッコリー じゃがいもの旨煮 麩のすまし汁 軟飯~全粥 ◎お茶 ホットケーキ	鮭のムニエル 5倍粥 ブロッコリーと麩の柔か煮 じゃがいもの旨煮 野菜スープ	鮭のペースト ブロッコリーのペースト じゃがいもと人参のペースト 野菜スープ 1.0倍粥
7	水	鶏肉の照り煮 キャベツとちくわの酢の物 お魚のシチュー バナナ ◎牛乳 ポーロ ○牛乳 マカロニあべかわ	鶏肉と野菜の柔か煮 軟飯~全粥 じゃがいもグラッセ コンソメスープ ◎お茶 マカロニあべかわ	鶏肉と野菜の柔か煮 じゃがいもグラッセ 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト キャベツと人参のペースト 野菜スープ 1.0倍粥
8	木	ハンバーグ かきたま汁 マカロニ入りフレンチサラダ りんご ◎牛乳 米菓子 ○お茶 きなこ蒸しパン	チキンハンバーグ 玉ねぎの味噌汁 マカロニ入りフレンチサラダ 軟飯~全粥 ◎お茶 蒸しパン	豆腐の野菜あんかけ(豆腐、人参、 玉ねぎ、キャベツ) 柔かしらす干し 玉ねぎスープ 5倍粥	豆腐と玉ねぎのペースト キャベツと人参のペースト 野菜スープ 1.0倍粥
9	金	白身魚のフライ ほうれん草のごま和え えのきの味噌汁 みかん ◎牛乳 ビスケット ○飲むヨーグルト クラッカー	白身魚のムニエル さつまいもの甘煮 ほうれん草と人参の胡麻和え 軟飯~全粥 麩の味噌汁 ◎お茶 クラッカー	白身魚のムニエル さつまいもの甘煮 ほうれん草と人参の柔か煮 麩の味噌汁 5倍粥	白身魚のペースト さつまいものペースト ほうれん草と人参のペースト 野菜スープ 1.0倍粥
10	土				
12	月	ポークカレー チーズ 野菜のドレッシングサラダ みかん ◎牛乳 カルシウムせんべい ○リンゴジュース サンドビスケット	豆腐の野菜あんかけ キャベツと大根の旨煮 しらす干し 軟飯~全粥 ◎お茶 ビスケット	豆腐の野菜あんかけ キャベツと大根の旨煮 しらす干し 5倍粥	豆腐と玉ねぎのペースト 1.0倍粥 キャベツと大根のペースト しらす干しのペースト 野菜スープ
13	火	豆腐の野菜あんかけ ひじきの中華和え しめじの味噌汁 バナナ ◎お茶 ヨーグルト ○牛乳 ホットケーキ	豆腐の野菜あんかけ ひじきと野菜の柔か煮 軟飯~全粥 油揚げの味噌汁 ◎お茶 ホットケーキ	豆腐と柔か野菜のあんかけ ひじきと野菜の柔か煮 油揚げの味噌汁 5倍粥	豆腐のペースト 野菜スープ 玉ねぎと人参のペースト 小松菜のペースト 1.0倍粥
14	水	豚肉のケチャップ煮 豆腐の味噌汁 コーンのドレッシングサラダ みかん ◎牛乳 ビスケット ○牛乳 きなこトースト	鶏肉のケチャップ煮 柔かブロッコリー 豆腐の味噌汁 ◎お茶 米菓子	豆腐と野菜の旨煮 柔かブロッコリー 玉ねぎの味噌汁 5倍粥	豆腐と野菜のペースト ブロッコリーのペースト 玉ねぎのスープ 1.0倍粥
15	木	さつまいものコロック ブロッコリーのドレッシング和え もずく入り卵スープ バナナ ◎牛乳 野菜かりんとう ○お茶 おにぎり	さつまいもの甘煮 しらす干し 鶏ミンチとブロッコリーの柔か煮 ベーコンスープ ◎お茶 おにぎり	さつまいもの甘煮 しらす干し 鶏ミンチとブロッコリーの柔か煮 野菜スープ 5倍粥	さつまいものペースト しらすのペースト ブロッコリーのペースト 野菜スープ 1.0倍粥
16	金	鮭のホイル焼き キャベツの塩昆布和え 田舎汁 りんご ◎牛乳 みかん ○牛乳 クッキー	鮭の柔か煮 キャベツのコンソメ煮 田舎汁 ◎お茶 クッキー	鮭の柔か煮 キャベツのコンソメ煮 豆腐と根野菜のすまし汁 5倍粥	鮭のペースト キャベツのペースト 豆腐と人参のペースト 野菜スープ 1.0倍粥
17	土				
19	月	野菜ラーメン 切干大根の煮物 ウインナー みかん ◎牛乳 ステックパン お茶 サブレ	うどん汁 大根の煮物(大根、人参、いんげん) 豆腐の旨煮あんかけ 軟飯~全粥 ◎お茶 サブレ	うどん汁 大根の煮物(大根、人参、いんげん) 豆腐の旨煮あんかけ 5倍粥	豆腐のペースト 大根のペースト 人参といんげんのペースト 1.0倍粥
20	火	赤魚のおろし煮 キャベツのさわやか酢の物 白菜のみそ汁 梨 ◎牛乳 せんべい ○お茶 フルーツヨーグルト	煮魚(赤魚)春雨と野菜の煮物 さつまいもポターージュ 軟飯~全粥 ◎お茶 フルーツ盛り合わせ	煮魚(赤魚) 春雨と野菜の煮物 さつまいもポターージュ 5倍粥	白身魚のペースト キャベツと人参のペースト さつまいものペースト 1.0倍粥
21	水	豚肉の生姜焼き ポテトサラダ えのきだけのすまし汁 バナナ ◎牛乳 りんご ○牛乳 あんぱん	鶏肉そぼろの肉じゃが 軟飯~全粥 とろとろきゅうり 玉ねぎのすまし汁 ◎お茶 あんぱん	鶏肉そぼろの肉じゃが とろとろきゅうり 玉ねぎのすまし汁 5倍粥	じゃがいものペースト 人参といんげんのペースト 玉ねぎスープ 1.0倍粥
22	木	揚げぎょうざ 春雨と野菜の胡麻酢和え わかめの中華スープ みかん ◎牛乳 きなこおかき ○牛乳 ウエハース	煮魚 野菜スープ 軟飯~全粥 煮野菜(人参、キャベツ、玉ねぎ、春雨) ◎お茶 ウエハース	煮魚 野菜スープ 5倍粥 煮野菜(人参、キャベツ、玉ねぎ、春雨)	白身魚ペースト 野菜スープ 人参のペースト 1.0倍粥 キャベツと玉ねぎのペースト
24	土				
26	月	五目焼きそば じゃが芋煮 白菜の中華スープ りんご ◎牛乳 ロールパン ○牛乳 プリン	豆腐と鶏そぼろのあんかけ煮 じゃが芋煮 白菜スープ 軟飯~全粥 ◎お茶 プリン	豆腐と鶏そぼろのあんかけ煮 じゃが芋煮 白菜スープ 5倍粥	豆腐のペースト じゃがいもと人参のペースト 白菜スープ 1.0倍粥
27	火	煮魚 野菜のかみかみし和え さつまいものオレンジ煮 白菜の味噌汁 梨 ◎お茶ゼリー ○牛乳 ツナサンド	煮魚 大根の煮物(大根、人参) さつまいものオレンジ煮 白菜の味噌汁 軟飯~全粥 ◎お茶 ツナサンド	煮魚 大根の煮物 さつまいもの甘煮 白菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト 大根と人参のペースト 白菜スープ 1.0倍粥
28	水	チキンカレー コールスローサラダ チーズ みかん ◎牛乳 米菓子 ○牛乳 割れパン	鶏肉の旨煮 野菜のポトフ とろとろきゅうり 軟飯~全粥 ◎お茶 みかん	野菜のポトフ とろとろきゅうり 柔かしらす 5倍粥	キャベツと人参のペースト じゃがいもと玉ねぎのペースト しらす干しのペースト 1.0倍粥
29	木	魚のから揚げ ひじきと青菜の柔か煮 さつまいものポターージュ バナナ ◎牛乳 かりんとう ○牛乳 せんべい	白身魚のムニエル 軟飯~全粥 さつまいものポターージュ ひじきと野菜の柔か煮 ◎お茶 せんべい	白身魚のムニエル ひじきと野菜の柔か煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト 野菜スープ ひじきと野菜のペースト 1.0倍粥 キャベツと小松菜のペースト
30	金	麻婆豆腐 青菜としらすの和え物 玉ねぎの中華スープ りんご ◎牛乳 おかき ○牛乳 ミレービスケット	豆腐の野菜あんかけ 煮魚 玉ねぎスープ 柔かほうれん草 軟飯~全粥 ◎お茶 ミレービスケット	豆腐の野菜あんかけ 煮魚 玉ねぎスープ 柔かほうれん草 5倍粥	豆腐と野菜のペースト ほうれん草のペースト 白身魚のペースト 1.0倍粥